Programme multidisciplinaire obèse Balans

azdelta

Chère patiente, Cher patient,

L'obésité est l'un des principaux problèmes de santé de notre société occidentale. L'obésité est associée à de grands risques pour la santé tels que les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'hypertension artérielle, l'essoufflement, l'apnée du sommeil, l'arthrose, etc. Les problèmes sociaux et psychologiques dus au surpoids ne doivent pas non plus être sous-estimés. En effet, à mesure que les risques pour la santé augmentent, la qualité de vie diminue aussi souvent. Nous vous aidons à perdre du poids et vous donnons volontiers de plus amples informations dans cette brochure.

Bonne chance!

Le service de médecine physique et revalidation et l'équipe de Balans

1 Programme

Une étude montre qu'un accompagnement multidisciplinaire offre les meilleurs résultats à long terme. AZ Delta dispose d'une équipe multidisciplinaire spécialisée pour accompagner les patients obèses.

L'objectif de l'accompagnement est un changement total de comportement et de mentalité pour parvenir à une alimentation plus saine, une activité physique plus importante et une conscience corporelle plus positive. Le programme de lutte contre l'obésité comprend donc une thérapie du mouvement, une thérapie nutritionnelle et une psychoéducation.

Une perte de poids de 5-10% réduit les conséquences médicales et les complications de l'obésité. Nous considérons cela comme une perte de poids saine.

Thérapie du mouvement

La thérapie du mouvement se déroule sous la direction du médecin en médecine physique, des ergothérapeutes et des kinésithérapeutes. Nous commençons par répertorier les symptômes liés aux efforts et le niveau d'activité.

Ensuite, nous établissons un programme d'entraînement individuel et nous nous mettons d'accord sur les objectifs à atteindre. Le but de la thérapie du mouvement est d'augmenter la consommation d'énergie et de soutenir la perte de poids. Les entraînements ont lieu deux fois par semaine en groupe. Pour ce faire, des vêtements de sport confortables sont recommandés.

Séances de groupe dédiées à l'alimentation

Dans le cadre de nos séances, nous examinons différents thèmes tels que :

- alimentation saine
- composition des repas
- lecture des étiquettes
- établissement du menu de la semaine
- sorties au restaurant

Nous prévoyons également différentes formes de travail pour pouvoir passer facilement de la théorie à la pratique.
Par exemple l'établissement d'un parcours d'objectifs, l'analyse d'un régime alimentaire ou de pièges personnels...

Chaque séance de groupe dure 1 heure. Pour certains thèmes, il est demandé d'apporter du matériel ou d'effectuer un travail spécifique au préalable.

Psychoéducation

La psychoéducation comprend des séances de groupe avec le psychologue. Ces séances s'articulent autour de certains thèmes visant à modifier les comportements.
Les séances de groupe ont pour but de renforcer l'autocontrôle.

En outre, nous essayons d'identifier les facteurs susceptibles de maintenir le surpoids et des habitudes alternatives peuvent être acquises.
Nous donnons également de plus amples informations sur l'importance d'une alimentation et d'un mode de vie sains.

Un soutien psychologique individuel supplémentaire peut être demandé pendant le parcours, moyennant paiement.

2 Démarrage et déroulement

Le plan de traitement multidisciplinaire est destiné à tout patient obèse motivé. L'ensemble du parcours s'étend sur trois mois. Le programme peut être démarré après une prise de contact avec le coordinateur du campus concerné. La date de démarrage possible et la suite du parcours sont discutées avec vous.

Avant le programme, un entretien avec le coordinateur et une consultation chez le médecin en médecine physique sont encore planifiés.
Ensuite, vous êtes également invité à vous rendre chez votre médecin généraliste pour une prise de sang et un contrôle médical.

Une fois le programme lancé, les séances suivantes peuvent être suivies :

- thérapie du mouvement à raison d'une heure deux fois par semaine
- séances de groupe avec le(la) diététicien(ne)
- séances de groupe avec le(la) psychologue

3 Horaires et lieu

Lors de l'inscription, les dates et le lieu des différentes séances sont communiqués. Si vous participez au programme, nous attendons de vous que vous soyez présent(e) à un maximum de séances d'entraînement afin d'obtenir le meilleur résultat. Si vous ne pouvez pas respecter un rendez-vous, nous vous demandons de nous en avertir à temps. En cas d'absences fréquentes dont vous ne nous avez pas prévenus, des frais administratifs peuvent vous être facturés.

BALANS Campus Brugsesteenweg

- mardi: 18h à 19h
- jeudi : 18h à 19h

La salle de revalidation se trouve au Sport'R, route verte, étage 00. Lorsqu'une séance de groupe est prévue, elle commence à 17 heures. Le calendrier complet est transmis lors du premier entretien.

BALANS Campus Torhout

- lundi: 18h à 19h
- jeudi: 18h à 19h

La salle de revalidation se trouve sur la route 181.
Lorsqu'une séance de groupe est prévue, elle commence à 17 heures. Le calendrier complet est transmis lors du premier entretien.

4 Infos pratiques

Vêtements et hygiène

Il est recommandé de venir aux séances d'entraînement en tenue confortable, ample ou de sport.
Des casiers sont disponibles pour ranger votre veste et vos objets de valeur. Afin de garantir l'hygiène pour tous les patients, nous vous demandons de désinfecter les appareils après utilisation, à l'aide du produit mis à disposition à cet effet dans la salle d'entraînement. Nous vous demandons par ailleurs de vous désinfecter les mains à l'entrée et à la sortie de la salle d'entraînement. Il est également préférable d'apporter un essuie.

Coût

La participation au programme coûte 500 euros (tout compris, à l'exception de la consultation chez le médecin en médecine physique). La plupart des mutuelles octroient un remboursement, renseignez-vous auprès de votre mutuelle.
Un traitement de revalidation à l'AZ Delta ne peut pas être combiné à un traitement de kinésithérapie hors de l'hôpital, le même jour.

Si aucun programme n'est mis en place après l'entretien de dépistage, la consultation sera facturée séparément. Vous recevrez une facture à votre domicile.
Pour toute question relative au coût, vous pouvez vous adresser au service facturation : factuur@azdelta.be ou 051 23 76 66

Contact

AZ DELTA CAMPUS BRUGSESTEENWEG

Brugsesteenweg 90

8800 Roulers

Coordinateur Balans Roulers

t 051 23 68 88

e balans.roeselare@azdelta.be

Secrétariat revalidation

t 051 23 61 45

Salle de revalidation Sport'R

t 051 23 63 70

AZ DELTA CAMPUS TORHOUT

Sint-Rembertlaan 21

8820 Torhout

Coordinateur Balans Torhout

t 050 23 27 39

e balans.torhout@azdelta.be

Secrétariat revalidation

t 050 23 24 92

Salle de revalidation

t 050 23 25 41

www.azdelta.be

www.fysische-geneeskunde-azdelta.be

Source : info service médecine physique & revalidation et diététique

AZ Delta Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 5604-FR **Cette brochure est revisée le 18/05/2026**